



¿Me comprendes? Estrategias para generar el aprendizaje en Tennis 10s.

Mike Barrell.

Federación Internacional de Tenis.

RESUMEN

Este artículo comenta en detalle cómo mejorar el aprendizaje y lograr que sea más eficiente durante la etapa de Tennis10s. Describe diferentes tipos de aprendizaje: implícito, estimulante y evaluado como métodos para mejorar el aprendizaje de los menores de 10 años. El lector recibirá útiles consejos y pautas para conseguir un mejor entorno de aprendizaje.

Palabras clave: Métodos de enseñanza, Aprendizaje, Implícito, Estimulación, Disposición.

Recibido: 7 de Junio 2013

Aceptado: 13 de Julio 2013

Autor correspondiente: Mike Barrell, Federación Internacional de Tenis.

Email: mikebarrell@evolve9.com

INTRODUCCIÓN

Existe gran cantidad de literatura disponible sobre cómo enseñamos. Si abres cualquier revista de tenis del mundo encontrarás un análisis profundo tanto técnico como táctico de los mejores jugadores. Comparativa-mente, hay mucho menos literatura sobre la manera en que se aprende, a pesar de que esto probablemente sea mucho más importante. Afortunadamente, si damos un paso fuera del reino del tenis encontraremos una cantidad enorme de investigación aplicable que podemos transformar en un enfoque efectivo para el entrenamiento, y lo que es más importante, para el aprendizaje.

También es importante recordar que a pesar de los mayores niveles de destreza y competición tenística, y de la proliferación mundial de Tennis10s, un niño es siempre un niño y fundamentalmente, aprende como tal (Barrell, 2008).

Trabajar con menores de 10 años no difiere mucho de las mejores prácticas de trabajo con los demás jugadores. Sin embargo, hay pocos puntos de diferencia que son particularmente pertinentes a la hora de crear un entorno que maximice el aprendizaje para los grupos de estas edades.

LA BASE

Antes de profundizar en conceptos de aprendizaje específicos y únicos, aquí tenemos algunos que todos podemos apreciar y comprender.

1) La mayoría de los niños son aprendices visuales, por lo tanto, las imágenes significan mucho más que las palabras.

2) Los niños aprenden tanto por medio de la enseñanza explícita como del juego implícito (Barrell, 2008).

3) Un entorno de aprendizaje es aquel que proporciona el tiempo y la oportunidad de reunir y asimilar la tarea o destreza por aprender.

4) El aprendizaje está impulsado por la necesidad, entonces, los jugadores deben tener el deseo de aprender la tarea o la destreza.

5) El aprendizaje suele implicar un proceso en el cual un niño enfrenta tanto desafíos como experiencias, un grado de fracaso y un grado de éxito o progreso (Hustler, 1998)

¿Qué juguetes contiene la caja? - Aprendizaje implícito

Si los niños aprenden visualmente y el mundo consta de un millón de imágenes, entonces, debemos aceptar que ¡el aprendizaje ocurre con y sin nosotros! Esto no significa que no tengamos control sobre el proceso de aprendizaje. En todo caso, implica que podemos crear un medio en el cual los niños puedan jugar (Hustler, 1998). Es como el juguete que se le entrega a un niño para que juegue, las niñas pueden desarrollar las destrezas motrices finas jugando con muñecas y los varones pueden desarrollar las destrezas motrices gruesas jugando con objetos que puedan arrojar y golpear. Por

supuesto, hay un elemento de natura y nurtura que se vincula innegablemente con el entorno a su alrededor.



Canalizar el aprendizaje fortaleciendo el entorno puede ayudarnos a lograr un impacto mucho más efectivo en nuestra actividad de entrenadores (Landy & Burrige, 2002). Tenemos que tener presente qué hay en el entorno de tenis. Los jugadores deben aprender a modificar la técnica según el área que se tiene como objetivo, lidiar con la existencia de un adversario del otro lado y enlazar los tiros para crear planes tácticos efectivos.

En la práctica, definir claramente la cancha o las zonas objetivo, demostrar de dónde debe venir la pelota y hacia dónde debe ir, incluir movimientos en todas las tareas y realizar mucha práctica basada en parejas en lugar de tareas en las cuales pegan o se mueven sin respuesta o adversario. Esto nos hace comprender de qué se trata realmente el tenis y proporciona un círculo de retroalimentación implícita para los jugadores que tra-bajan en este entorno.

Encender - Estimular el aprendizaje

Si le pidieras a un niño que dibuje dos caras, hay muchas probabilidades de que dibuje una feliz y una triste. Otro ejemplo de este fenómeno: todos hemos jugado al juego de asociación de palabras en el cual uno dice negro y otro dice blanco. Si bien en ese momento quizás no lo pensábamos, este patrón da mucha claridad sobre cómo almacenamos y procesamos la información. Comprendemos la noción de izquierda porque existe la derecha y de calor porque existe el frío. Resumiendo, esta asociación entre los opuestos establece un marco de comprensión (Landy & Burrige, 2002). En el desarrollo de destrezas motrices estos contrastes proporcionan sensaciones más claramente definidas permitiendo que un niño gane una consciencia más concreta de la sensación. El esquema de Schmidt sugiere que es posible aprender patrones motrices más rápidamente cuando hay diferencias marcadas.

Pero la idea del uso de opuestos en la práctica también nos ayuda de otras maneras.



En cuanto al aspecto táctico, la ley de Hick indica que las decisiones se toman más rápidamente cuando las opciones involucradas en el proceso son limitadas, entonces, corta o profunda, ataque o defensa contribuyen para que los jugadores tomen decisiones efectivas a una edad más temprana que utilizando 3 opciones o más. ¡Los opuestos y las diferencias, de hecho, proporcionan el mejor marco para aprender habilidades nuevas y repetir las existentes!!

Pequeñas baterías

También es necesario ir un paso más allá y comprender que el niño no solamente tiene un menor período de atención, limitado por la edad y también por la motivación, ¡sino que además cuenta con un motor físico menor! Ericsson asevera que el principal factor limitante para mantener la práctica deliberada se relaciona con la habilidad de mantener la concentración, mientras que otros identificaron la falta de sueño como un inhibidor mayor para el desarrollo de una nueva destreza (Barrell, 2008).

Sabemos también que la repetición es clave para construir y mantener una destreza, una vez que el cuerpo ha comenzado a aprenderla. Uno de los principales desafíos es comprender que el sistema físico de un niño es como una pequeña batería, con un "motor" físico y mental. Es efectiva durante corto tiempo pero se recarga más rápidamente. El aprendizaje es una nueva destreza que requiere más energía y concentración y no basta con practicar o mantener la existente por lo cual, la batería se agota antes. Entonces, durante esta fase, las repeticiones durante 10 minutos o menos con períodos de descanso o habilidades alternativas (u opuestas) en el medio, cumplen con la capacidad física de los niños más eficientemente que la repetición masiva. Esto significa planificar la lección con una estructura diferente y en vez de

mantener un tema durante un tiempo extendido, se lo abandona por un momento y luego se retorna al mismo en pequeños bloques.

Contexto

Si eres padre, sabes que los niños son máquinas de aprender. También recordarás la edad del “¿por qué?”. Cuando a cada afirmación, comentario, o instrucción le sigue un “¿por qué es así?” A pesar del desafío que esto implica, no es un ardid deliberado para complicarte la vida a ti como padre. Es simplemente el deseo del niños de buscar el sentido, crear orden y dar un significado al mundo que tiene a su alrededor. Y mientras los opuestos crean un marco a temprana edad, el contexto es clave para el aprendizaje efectivo y luego para la toma de decisiones. Una vez que el niño ha comprendido los beneficios de aprender algo, su motivación y aplicación al desarrollo de esa destreza aumentarán en gran medida.

Disposición

Si alguna vez te has sentido frustrado por la falta de progreso de un niño y sorprendido por el rápido avance de otro, puedes haber cuestionado la disposición del niño hacia el aprendizaje.

La disposición se basa en la interacción entre el desarrollo cognitivo del jugador, su desarrollo físico y las habilidades pre requeridas y las exigencias y oportunidades que presenta el entorno. Si alguna de ella es inferior a la necesaria, el aprendizaje será más lento o no ocurrirá.

Un buen ejemplo de ello es la consciencia táctica del niño. Mira la cancha y en un momento puedes hacer una evaluación de la situación y tomar decisiones. Tu mente ha sido condicionada durante años y años para observar más de lo que tienes consciencia. Pero ¿qué pasaría si tu mente no estuviese aún suficientemente desarrollada para considerar más que la cancha y la pelota? ¿Qué pasaría si las fortalezas y debilidades del adversario no fuesen parte de tu proceso de toma de decisiones, o aún el hecho de que fuese zurdo?

Piaget, uno de los gurús más destacados del desarrollo infantil llamó a este proceso asimilación, e identificó diferentes niveles en el desarrollo del niño. Es importante para nosotros comprender que solamente en esta “etapa operativa concreta” entre los 7 y los 11 años los niños pueden estar listos para ver los escenarios desde la perspectiva de los otros, de este modo, reconociendo totalmente tanto el rol como las capacidades del adversario.

Si bien todos veremos diferentes niveles de consciencia en los niños de diferentes edades, es importante considerar que en base a la edad y al nivel de competencia, un jugador puede tomar decisiones sin integrar todo el panorama. Por otro lado, el mayor tiempo que Tennis10s otorga a los niños debería

evitar que las exigencias y oportunidades impuestas por el entorno hagan el progreso más lento.

Jugar

Como dijimos al comenzar, el aprendizaje no está limitado por las situaciones de enseñanza formal. Aprender jugando es un principio ampliamente aceptado. Un niño considerado talentoso o muy coordinado suele identificarse por su habilidad de ser creativo y de adaptarse bien (Barrell, 2010). Dedicar tiempo a las habilidades creativas y abiertas puede parecer no directamente pertinente al entrenamiento situacional o refinamiento técnico, pero es realmente el ladrillo de habilidades esenciales de adaptación que hace falta para ajustarse a las características altamente variables de la pelota que proporciona el tenis. Recuerda que independientemente de su nivel, un niño es un niño, debes alentar el juego creativo y proporcionar tiempos para que los niños solucionen misiones e inventen soluciones. Esto será no solo beneficioso desde el punto de vista de desarrollo de destrezas, también ayudará para la motivación.

CONCLUSIÓN

Ambos hablamos fluidamente, ¡sólo que en distintos idiomas!

Un aviso famoso de la TV inglesa muestra al actor Rowan Atkinson en un bazar en el norte de África regateando el precio de una alfombra. Cuando le preguntaron si había logrado comunicarse con el vendedor su respuesta fue: “Los dos hablamos fluidamente, ¡sólo que en distintos idiomas!” Como entrenadores trabajamos con grupos de edades para los cuales muchos de nosotros no estamos capacitados. Los niños menores ven el mundo, toman decisiones, y aprenden de diferente manera que los adultos pero eso no significa que podamos abdicar la responsabilidad que tenemos. ¿No es fácil crear entornos de aprendizaje efectivo, tampoco lo es presentar la información de manera diferente de la que aprendimos, pero de quien es este tenis? De una manera diferente de la que aprendimos nosotros, pero, finalmente, ¿de quién es este tenis?

REFERENCIAS

- Barrell, M. (2010). *Growing Kids, Growing the Game, a Developmental Approach to Teaching Under 10s*.
- Barrell, M. (2008). *Essentials for Maximizing Incidental Learning with Kids Tennis*.
- Barrell, M. (2008). *PTR Kids Tennis*. Hutsler, J. (1998). *Munchkin Tennis*.
- Landy, J. & Burrige, K. (2002). *Kids with Zip*.

CONTENIDO ITF ACADEMY RECOMENDADO (HAZ CLICK ABAJO)



Derechos de Autor (c) 2013 Mike Barrell.



Este texto está protegido por una licencia [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Usted es libre para Compartir –copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato– y Adaptar el documento –remezclar, transformar y crear a partir del material– para cualquier propósito, incluso para fines comerciales, siempre que cumpla la condición de:

Atribución: Usted debe dar crédito a la obra original de manera adecuada, proporcionar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que tiene el apoyo del licenciante o lo recibe por el uso que hace de la obra.

[Resumen de la licencia](#) - [Texto completo de la licencia](#)